

# SENSIBILISER EN MANGEANT !

Y a du nouveau du côté des produits Oxfam pour cette campagne : la farine !

La farine qu'on te propose vient de la Ferme de la Grange située à Anhée, près de Dinant !

3 raisons de nous procurer la farine chez eux :

- Depuis 2017, la ferme est en transition agroécologique. Cela veut dire notamment qu'ils font attention à ne pas labourer les sols pour en préserver la vie et d'y capturer plus de carbone tout en évitant d'utiliser des engrais chimiques ou des pesticides.
- Ils ont également le label « Prix juste producteur » qui leur garantit de recevoir un prix juste pour le travail qu'ils ont fourni.
- C'est du circuit-court. Ici comme pour la plupart des produits vendus chez Oxfam, pas d'intermédiaire.



Le jour de la vente, c'est l'occasion de sensibiliser les élèves qui viennent se régaler et de leur parler de ce qui se trouve dans les crêpes ou les cookies : affiches, quizz, jeux... Il y a plein de possibilités ! (Dont certaines se trouvent dans ce dossier de campagne !)

Et pour les autres ingrédients, gardez la même démarche et poussez la porte des magasins locaux et bio de votre région : les œufs et le lait peuvent s'y trouver facilement. Et pour l'huile de coco ou le chocolat, il suffit de les commander avec les autres produits de votre JM !



**Pas vraiment compatible avec la vente à la récré ? Il suffit de la transformer !**

*C'est l'occasion de surprendre les autres élèves avec des actions de vente ponctuelles et sympas ou de récolter des fonds pour votre voyage de rhéto, une marche parrainée, etc. en utilisant des aliments qui respectent l'environnement et ceux, celles qui les ont produit*

Tu peux visiter leur site [fermedegrange.com](http://fermedegrange.com) pour en savoir plus et découvrir leurs autres produits qui ne sont pas en vente dans les Magasins-Oxfam.



## VOICI DEUX RECETTES POUR TE DONNER DES IDÉES :



### LES CRÊPES GOURMANDES

#### INGRÉDIENTS

- 500 g de farine de la ferme de la Grange
- 5 œufs frais
- 750 ml de lait (ou lait végétal)
- 250 ml d'eau tiède
- 1 pincée de sel
- Un peu de matière grasse pour la poêle
- Facultatif: 1 c. à soupe d'extrait de vanille ou 1 sachet de sucre vanillé
- Facultatif: 2 c. à soupe de sucre

#### ETAPE 1

Mettre la farine dans une terrine et former un puit.

#### ETAPE 2

Y déposer les œufs entiers et le sucre.

#### ETAPE 3

Mélanger délicatement avec un fouet en ajoutant au fur et à mesure le lait puis l'eau. La pâte ainsi obtenue doit avoir une consistance d'un liquide légèrement épais.

#### ETAPE 4

Faire chauffer une poêle antiadhésive et la huiler très légèrement à l'aide d'un papier essuie-tout. Y verser une louche de pâte, la répartir dans la poêle puis attendre qu'elle soit cuite d'un côté avant de la retourner. Cuire ainsi toutes les crêpes à feu doux.



### LES COOKIES VEGAN :

#### INGRÉDIENTS

- 2 cuil. à café de graines de lin moulues
- 2 cuil. à café d'eau
- 75g de margarine, à température ambiante
- 50g de sucre
- 120g de sucre brun ou cassonade
- 1 cuil. à café d'extrait de vanille
- 160g de farine
- 2 cuil. à café de maïzena
- 1/2 cuil. à café de bicarbonate de soude
- 1 pincée de sel
- 90g de pépites de chocolat ou chocolat coupé en morceaux

#### ETAPE 1

Préparer un «œuf vegan» en mélangeant les graines de lin moulues avec l'eau. Laisser reposer quelques minutes.

#### ETAPE 2

Dans un saladier, battre le beurre avec les sucres. Ajouter l'œuf vegan de graines de lin, l'extrait de vanille et mélanger.

#### ETAPE 3

Dans un autre saladier, mélanger la farine, le bicarbonate de soude, la maïzena et le sel. Incorporer au mélange précédent, puis ajouter les pépites de chocolat.

#### ETAPE 4

Préchauffer le four à 180°C puis former les cookies en déposant des boules avec la pâte à cookie (environ 3 cuillères à soupe chacune) sur une plaque de cuisson sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Laisser suffisamment d'espace entre chaque cookie. Placer la plaque au congélateur pendant 5 minutes jusqu'à ce que les boules soient bien figées.

#### ETAPE 5

Enfourner les cookies 12-13 minutes. Retirer du four et laisser refroidir sur la plaque pendant quelques minutes avant de transférer sur une grille pour les laisser refroidir complètement.